

Меню на 05.09.2024.

Рацион: Ясли

День: четверг

Неделя: 2

Рацион: Сад

День: четверг

Неделя: 2

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая | № рецептур | Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая |
|------------------|--------------------|-------------|----------------------|----|-----|----------------|-------------|------------------|--------------------|-------------------|----------------------|----|-----|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | Каша "Дружба". | 150 | 4 | 5 | 20 | 139 | 275 | Завтрак | Каша "Дружба". | 180 | 5 | 6 | 24 | 167 |
| | Какао с молоком. | 170 | 3 | 2 | 12 | 80 | 508 | | Какао с молоком. | 180 | 3 | 3 | 12 | 85 |
| | Батон | 30 | 2 | 1 | 15 | 78 | 104 | | Батон | 40 | 3 | 1 | 21 | 104 |
| | Масло сливочное (| 5 | | | 4 | | 33 | | 119 | Масло сливочное (| 5 | | | 4 |
| Итого за Завтрак | | | 9 | 12 | 47 | 330 | | Итого за Завтрак | | | 11 | 14 | 57 | 389 |
| Завтрак вто | | | | | | | Завтрак вто | | | | | | | |
| Завтрак второй | | | 2 | | 22 | 91 | 140,03 | Завтрак второй | | | 2 | | 22 | 91 |
| Обед | | | | | | | Обед | | | | | | | |
| Обед | Рассольник | 150 | 2 | 3 | 8 | 66 | 148 | Обед | Рассольник | 180 | 2 | 4 | 10 | 79 |
| | Сметана. | 20 | | | | 3 | 214 | | Сметана. | 20 | | | | 3 |
| | Кнели с рисом | 140 | 18 | 16 | 10 | 262 | 400 | | Кнели с рисом | 160 | 21 | 19 | 11 | 299 |
| | Икра морковная | 50 | 1 | 2 | 4 | 36 | 204 | | Икра морковная | 70 | 1 | 3 | 6 | 50 |
| | Компот из свежих | 150 | | | 8 | 35 | 521 | | Компот из свежих | 180 | | | 10 | 41 |
| | Хлеб ржаной. | 40 | 3 | 1 | 16 | 82 | 123 | | Хлеб ржаной. | 50 | 4 | 1 | 20 | 103 |
| Итого за Обед | | | 24 | 22 | 46 | 484 | | Итого за Обед | | | 28 | 27 | 57 | 575 |
| Полдник | | | | | | | Полдник | | | | | | | |
| Полдник | | | 1 | | 18 | 77 | 532 | Полдник | | | 1 | | 18 | 77 |
| Полдник | | | 3 | | 21 | 101 | 202 | Полдник | | | 3 | | 21 | 101 |
| Итого за Полдник | | | 4 | | 39 | 178 | | Итого за Полдник | | | 4 | | 39 | 178 |
| Ужин | | | | | | | Ужин | | | | | | | |
| Ужин | Винегрет овощной. | 50 | 1 | 10 | 7 | 127 | 90 | Ужин | Винегрет овощной. | 70 | 2 | 14 | 10 | 178 |
| | Суфле рыбное. | 140 | 25 | 11 | 9 | 236 | 86 | | Суфле рыбное. | 180 | 32 | 14 | 11 | 304 |
| | Чай с сахаром. | 180 | | | 8 | 34 | 505 | | Чай с сахаром. | 180 | | | 8 | 34 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2 | | 15 | 70 | 199 | | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | | 20 | 94 |
| Итого за Ужин | | | 28 | 21 | 39 | 467 | | Итого за Ужин | | | 37 | 28 | 49 | 610 |
| Итого за день | | | 67 | 55 | 193 | 1550 | | Итого за день | | | 82 | 69 | 224 | 1843 |